



éducation21

Bildung für Nachhaltige Entwicklung
Education en vue d'un Développement Durable
Educazione allo Sviluppo Sostenibile
Formaziun per in Svilup Persistent



EIN FILM VON
FREDERIC SIEGEL & BENJAMIN MORARD

THE LONELY ORBIT

Filmlänge: 10 Minuten

Altersempfehlung: Ab 12 Jahren; Schulstufe: Zyklus 3

Themen: Digitalisierung, soziale Netzwerke, Bedürfnisse,
Einsamkeit, Arbeit, psychische Gesundheit

Produktion: Team Tumult

Produktionsjahr: 2019

Genre: Animationsfilm

Ton: Noisy Neighbours, Kilian Vilim, Thomas Gassmann

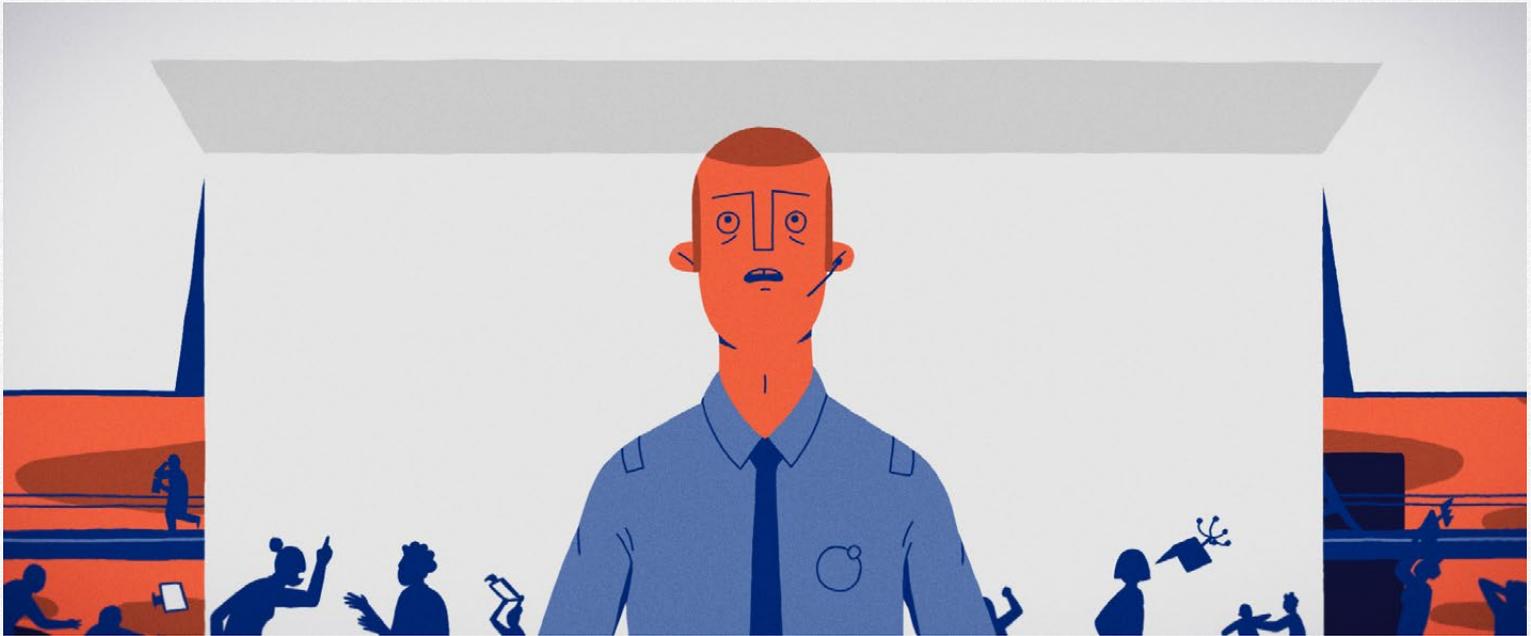
Musik: Norman Chambers, Geva Alon

INHALTSVERZEICHNIS

1. ZUM FILM

2. UMSETZUNG IM UNTERRICHT

1.1. INHALT



Beschrieb Angelangt in seinem Traumjob versucht der Satellitentechniker Dan seine Einsamkeit zu bewältigen, indem er durch Kurznachrichten in ständigem Kontakt mit seinen alten Freunden steht. Als er seine Aufgaben vernachlässigt, verlässt ein Satellit seinen Orbit, was zu einer Kettenreaktion und zum Kollaps des gesamten Funknetzwerks der Welt führt.

Botschaft Durch die Digitalisierung besteht die Möglichkeit, orts- und zeitunabhängig miteinander in Kontakt zu stehen. Freundschaften über eine gewisse Distanz aufrecht zu erhalten ist schwierig. Virtuelle Beziehungen und das Aufrechterhalten von sozialen Kontakten sind wichtig, aber ersetzen nicht die Interaktion in der realen, physischen Welt. Dieses Gefühl der Leere kann Einsamkeit und Orientierungslosigkeit hervorrufen – wie der Satellit, der allein durch das Weltall schwebt.

MACHART DES FILMS

Der Film wurde eher traditionell produziert: die Bilder wurden von Hand gezeichnet und dann digital animiert. Die Zweidimensionalität der Animation erforderte eine bewusste Reduktion der Inhalte, um das Bild nicht zu überladen. Die Farbreduktion führt dazu, dass ein verhältnismässig niedriger Arbeitsspeicher benötigt wird und stellt somit auch eine Art technische Errungenschaft in der heutigen Filmwelt dar.

1.2. FILMANALYSE

Im Film werden zwei Hauptmotive gewählt: die Erde und die Technologie. Diese werden in zwei Farben dargestellt: Blau und Orange. Interaktionen und Emotionen werden meist orange und technische oder statische Objekte blau eingefärbt. Am Schluss vermischen sich die Farben, um aufzuzeigen, dass sich in unserer heutigen digitalisierten Welt nicht immer klar trennen lässt, was virtuell und was physisch existent ist.



Ästhetik



Die Anfangs- und Schlusszenen enthalten englischsprachige Konversationen. Der Gesprächsinhalt muss nicht zwingend verstanden werden, um den Kontext zu erfassen. Der Rest des Films funktioniert ohne gesprochene Sprache, dafür werden die Alltagsgeräusche intensiviert. So sind beispielsweise Geräusche wie Computertastatur, Klicken, Kaffeemaschine oder Datenberechnungen zu hören.

Die hektischen Szenen werden durch weitere Geräusche wie Sirenen, Alarmsignale, Trommeln, Rotoren und Tropfgeräusche begleitet. Teilweise überlappen sich Töne oder Geräusche, um die Stimmung von Nervosität und Verwirrung in den Szenen zu intensivieren. Umgekehrt werden in langsamen Szenen auditive Pausen eingelegt oder lange, harmonische Töne eingespielt.



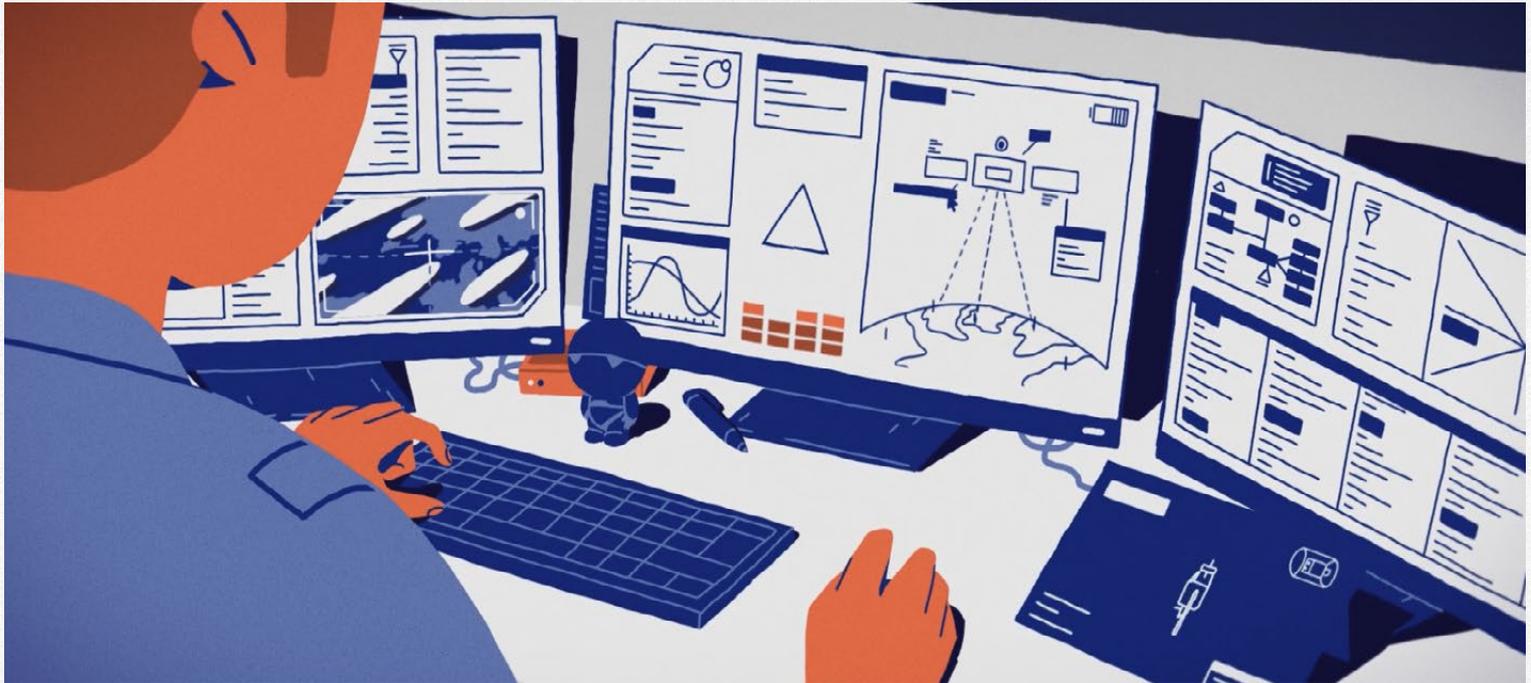
Dramaturgie Der Satellit wird zur Metapher für Verbindung und Einsamkeit. Durch die Art und Weise wie er dargestellt wird, wirkt er wie eine Person, und schafft dadurch die Parallele zu Dan. Da der Satellit sozusagen ein Eigenleben führt, können die Chancen und Hürden dieser Thematik sachlich betrachtet werden. Dies ermöglicht es der/dem Zuschauenden, sich mit einem emotionalen und persönlichen Thema zu befassen, ohne über die eigene Person oder andere Menschen sprechen zu müssen, sondern über ein Objekt. Die Identifikation erfolgt durch die Geschichte, welche der Satellit «erlebt»:

«Somehow this made me feel like a satellite; being constantly connected in a virtual sense, but actually separated over huge distances» (Filmproduzent im Interview über die Hintergründe).

Als der Satellit den Empfang verliert (4'30min), wird alles still. Die Bewegungen werden langsamer, die Hintergrundgeräusche verschwinden, die Farbe Blau dominiert. In dieser Szene versucht der Satellit anhand der Satellitenschüsseln wieder Kontakt zur Erde herzustellen. Langsame Bilder folgen, welche die «Leere» und «Einsamkeit» darstellen. Alleingestellt und mit den technischen Fähigkeiten eines Computers lernt der Satellit, dass physische Nähe wichtiger ist als ein virtueller Kontakt. Dies wird in der Szene erkennbar als er sich vorstellt, wie er die Erde umarmt. So beschliesst der Satellit, sich der Erde zu nähern und geht auf Kollisionskurs.

In der Szene, als Dan im Weltraum orientierungslos umherschwebt (7'05min), merkt er, dass ihm etwas fehlt. Die Lichter, Strassenverbindungen und Stadtteile, welche in den Augen – oder beim Satelliten in der Linse – reflektieren, werden symbolisch zu der Darstellung von «Verknüpfungen» und «Zusammengehörigkeit». In beiden Szenen führt die Einnahme einer anderen Perspektive zur Erkenntnis, dass der physische Kontakt fehlt – und in beiden Situationen passiert eine Reaktion darauf.

1.3. HINTERGRUNDINFORMATIONEN



Entstehung des Films

Ein ausschlaggebender Punkt für die Story war die persönliche Geschichte der beiden Filmproduzenten. Sie absolvierten ein Filmstudium und verbrachten an der Hochschule viel Zeit mit ihren Freunden. Nach dem Abschluss waren sie mit vielen Mitstudierenden nur noch virtuell verbunden.

Es entstand der erste Film ausserhalb der geschützten Umgebung der Ausbildung. Die beiden Filmemacher feilten zwei Jahre lang an der Story, bis sie die eigentliche Produktion starteten. In einem Vollzeitpensum und mit einem Budget von über 100'000 Franken arbeiteten Siegel und Morard rund 10 Monate lang am Film. Während dieser Zeit haben sie auch Animatoren, Sprecher, einen Musiker und einen Sound-Designer beigezogen.

Obwohl der Film bereits 2016 entstanden ist und 2019 am Filmfestival in Neuchâtel seine Premiere feierte, ist das Thema in der Zwischenzeit noch aktueller geworden. Durch und seit der Pandemie sind die Leute zwar virtuell vernetzter, aber gleichzeitig wurden viele physische Kontakte aufgehoben oder sind in den Hintergrund gerückt.

Die Filmcrew hat wenig Lobbyarbeit gemacht. Mit der Auseinandersetzung von Isolation und Vereinsamung hat der Film ein aktuelles Thema der Gesellschaft getroffen. Durch die zahlreichen Teilnahmen und Auszeichnungen an Filmfestivals und dem dazu entstandenen Zugang zur international bekannten Oscarverleihung wurde der Film zum Selbstläufer und bekam durch das breite Publikumsinteresse und durch Medienbeiträge seine Bekanntheit. Seither ist der Film auf unterschiedlichen Plattformen auffindbar.

Was ist der Unterschied zwischen «alleine» und «einsam»?

Informationen zum Filmthema

Es gibt Menschen, die gerne allein sind und sich nicht einsam fühlen. Und es gibt Menschen, die sich oft in einer Gruppe aufhalten und sich trotzdem einsam fühlen.

Nicht jede Person verspürt Einsamkeit, wenn sie über einen längeren Zeitraum allein ist. Es gibt auch Menschen, die wenig gesellig sind und sich trotzdem ein erfülltes, abwechslungsreiches Lebensumfeld schaffen können. Wenn das Gefühl von Einsamkeit chronisch wird, macht es unglücklich und ist mit körperlichen und psychologischen Erkrankungen verbunden.

Im Film *The lonely orbit* arbeitet die Hauptfigur Dan allein an seinem Arbeitsplatz. Er ist zwar umgeben von Leuten und steht viel in Kontakt mit seinen Mitmenschen – trotzdem fühlt er sich einsam.

Durch die geforderten Kontaktbeschränkungen während der Pandemie verstärkte sich die Einsamkeit von vielen Personen. Das Rote Kreuz spricht von einer «Epidemie im Verborgenen». Diese könne Personen aller Altersstufen und Lebensphasen treffen. Am schlimmsten sei das Gefühl vor allem bei einem Jobverlust, nach Trennungen oder bei Todesfällen.

DEFINITION NACH DUDEN

allein:

ohne die Anwesenheit von einer oder mehrerer Personen; getrennt von anderen; ohne Gesellschaft; für sich; ohne fremde Hilfe
Beispiele: sie wohnt allein in dem grossen Haus; er hat die Aufgaben allein (ohne Hilfe) erledigt

Vereinfachte Beschreibung für den Schulkontext: Allein sein ist ein Zustand, den man in vielen Fällen selbst wählen kann oder möchte.

einsam:

für sich allein, verlassen, ohne Kontakte zur Umwelt, als (mehr oder weniger) einziges seiner Art, abgeschieden, abgelegen
Beispiele: sich einsam fühlen; ein einsames Haus am Waldrand

Vereinfachte Beschreibung für den Schulkontext: Einsamkeit steht oft in Verbindung mit fehlender Unterstützung von anderen Menschen. Sie beschreibt ein negatives, manchmal auch schmerzhaftes Gefühl. Einsamkeit kann auf Dauer krankmachen.

Welches sind Chancen und Hürden der Digitalisierung in Bezug auf die soziale Interaktion?

Chancen: Die Möglichkeit, digital in Kontakt zu bleiben, kann soziale Brücken schaffen. Da die Verbindungen via Tags bereits bestehen, ist der Aufwand relativ klein, um mit anderen in Kontakt zu treten oder zu bleiben. So ist es vielen Usern möglich, sich orts- und zeitunabhängig mit anderen Personen oder Institutionen zu unterhalten oder über deren Tätigkeiten informiert zu sein. Vor allem für Personen mit körperlichen Einschränkungen wird das als grosser Vorteil gesehen. Das Abholen von aktuellen Informationen und das Interagieren in unterschiedlichen Netzwerken ermöglicht es einer Person, an gesellschaftlich relevanten Themen zu partizipieren. Die Vielzahl an Apps und Tools bietet einen unkomplizierten und niederschweligen Zugang, um am sozialen Leben teilzuhaben. Da gerade viele Gespräche und Unterhaltungen digital geführt werden, ist die gesellschaftliche Inklusion eher gegeben als in einer physischen Welt.

Hürden: In einer digitalisierten Welt braucht es andere Kompetenzen und Wege als in der physischen Welt, um Kontakte und den sozialen Austausch zu pflegen.

Eine Frage vom Mass: Wer sich mehr auf Onlineplattformen bewegt, ist gezwungenermassen weniger in der physischen Welt unterwegs oder hat auch weniger Zeit für persönliche, physische Kontakte. Sich Messages hin und her zu senden oder gegenseitig Bilder zu kommentieren, heisst nicht, dass man dieser Personen auch begegnet.

Eine weitere Hürde ist die Art und Weise, wie etwas präsentiert wird. Das Erstellen von virtuellen Persönlichkeiten kann auf kurze Zeit Chancen ermöglichen, indem von Vorurteilen, Gewohnheiten oder Interessen der physischen Welt abgelenkt wird und durch ein anderes Profil oder einen anderen Avatar neue und andere Erfahrungen gemacht werden können.

Eine digitale Persönlichkeit kann sich stark unterscheiden von der eigenen. Durch permanentes Aufhalten in der digitalen Welt kann der Bezug zur eigenen, realen Persönlichkeit beeinträchtigt werden. Es entsteht ein Gefühl von physischer, psychischer oder sozialer Einsamkeit.

FOMO «FEAR OF MISSING OUT»

FOMO umschreibt die zwanghafte Sorge immer informiert zu sein oder soziale Interaktionen, Erfahrungen, befriedigende Ereignisse oder Aktualitäten zu verpassen. Dieses Gefühl verstärkt sich durch die Nutzung von sozialen Medien und deren ständigen Erreichbarkeit. Der Wunsch nach Anerkennung, Anschlussfähigkeit, Sicherheit oder Kontrolle können Gründe sein, weshalb dieser Drang entsteht.



Hilfreiche Fragen zur Selbstreflexion:
Verändert die Information mein Leben?
Bringt mich diese Information weiter?

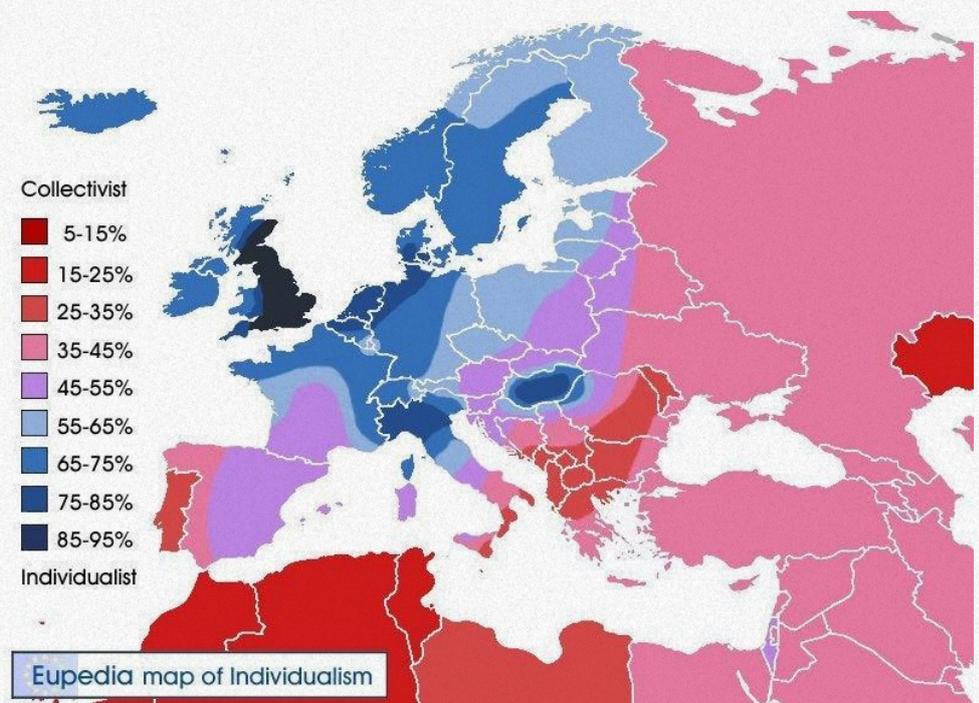
Wie gehen unterschiedliche Staaten mit der digitalen Vereinsamung um?

In Europa gibt es unterschiedliche soziokulturelle Zusammensetzungen. Während im Süden des Kontinents vermehrt Grossfamilien oder Mehrgenerationenhaushalte existieren, ist die Bevölkerung im Norden eher individualistisch geprägt. In einer Umfrage von European Social Survey Data (2014) gaben überwiegend Personen aus nördlichen Ländern (hier blau) an, sich einsam zu fühlen. Auf die Frage «Wie oft fühltest du dich letzte Woche einsam?» antworteten vor allem in den blau markierten Regionen bis zu 30% der befragten Personen, dass sie sich einsam fühlen. Viele Betroffene fühlen sich alleingelassen, weil dieses Thema in der Gesellschaft nicht offen diskutiert wird und Einsamkeit oft im Zusammenhang mit «keine Freunde haben» oder in einem «Verliererstatus» gesehen wird.

Individualism in Europe

(Hofstede et al., 2010)

- Portugal: 27
- Bulgaria: 30
- Slovakia: 52
- Denmark: 74
- The Netherlands: 80
- United Kingdom: 89



Im Jahre 2018 führte Grossbritannien ein Ministerium für Einsamkeit ein, um die zunehmende Vereinsamung in der Bevölkerung zu lindern. Dadurch haben auch andere Nationen erkannt, dass sie auf politischer Ebene wirken müssen, um diese gesellschaftliche Herausforderung zu bewältigen. Grossbritannien gilt für viele Staaten seither als Vorreiter zur Bekämpfung von Einsamkeit und dient zugleich als möglicher Orientierungs- und Referenzrahmen.

In Japan wird vom Hikikomori-Syndrom gesprochen. Das beschreibt ein gesellschaftliches Phänomen von starkem sozialem Rückzug. Betroffen sind vor allem junge Männer. Die Betroffenen ziehen sich über Monate bis Jahre meist in ihre Elternhäuser oder ihre Zimmer zurück, sind nicht im Stande die Schule zu besuchen oder dem Job nachzugehen und brechen sogar Beziehungen mit Familienmitglieder und Freunden ab.

Welche Massnahmen werden aktuell in der Schweiz getroffen?

Bisher wurden noch keine konkreten Massnahmen bezüglich digitaler Einsamkeit initiiert. Es bestehen Strategieprogramme des Bundes zur Förderung von digitalen Kompetenzen, um die Chancengerechtigkeit zu gewährleisten und den Zugang für alle zu ermöglichen. Die Pro Senectute und das Schweizerische Rote Kreuz bieten Hilfsprogramme an, die sich aber vor allem um die soziale Armut von älteren Generationen kümmern.

In einem Bericht aus dem Jahr 2014 des Schweizer Gesundheitsobservatoriums (Obsan) mit dem Titel «Soziale Ressourcen als Gesundheitsschutz» wird der Zusammenhang von sozialer Isolation und Gesundheit aufgezeigt. Die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz hat darauf aufbauend die Broschüre «Soziale Ressourcen – Förderung sozialer Ressourcen als wichtiger Beitrag für die psychische Gesundheit und eine hohe Lebensqualität» für Umsetzungen auf kommunaler und kantonaler Ebene herausgegeben.

Während der Pandemie sind unterschiedliche Dienstleistungs- und Hilfsangebote entstanden. Oft werden jedoch nur ältere Menschen angesprochen. Die allgemeinen Tipps sind immer etwa gleich und gelten für alle Altersgruppen in allen Lebensphasen.

Was man selbst tun kann:

- Sich aufrufen und jemanden aus der Familie, dem Job oder Freundeskreis kontaktieren. Für Personen, die auf niemanden zurückgreifen können oder wollen, empfiehlt sich eine Selbsthilfegruppe oder das Beziehen einer psychologischen Beratung.
- Einen Verein oder Treffpunkt aufsuchen. Vielleicht gibt es ja jemanden, der/die auch gerne dahin mitkommen möchte? Und sonst die Neugier und Offenheit mitbringen, um neue Leute kennenzulernen.
- Mit jemandem über die eigenen Gefühle von Einsamkeit sprechen.

Was die Gesellschaft tun kann:

- Mehrgenerationenhäuser oder Altersheime sollen nicht am Stadtrand, sondern im Zentrum gebaut werden, um die Integration und sozialen Zugänge zu fördern und unterstützen.
- Soziale Kompetenzen wie Empathie und gutes Zuhören fördern, um sich selbst vor Isolation zu schützen und auch bei anderen Personen die Umstände von Vereinsamung zu erkennen und diese in ihrer Situation zu unterstützen.
- Über die digitale Einsamkeit sprechen und sich gegenseitig für dieses Thema sensibilisieren und gegenseitig schützen.

Mehrwert/Bezug für Nachhaltige Entwicklung

(Digitale) Einsamkeit ist genauso ungesund wie rauchen, Alkohol trinken oder adipös zu sein. Die damit verbundenen körperlichen und psychologischen Folgen können die Lebenserwartung mindern.

Die grosse Betroffenheit und Aktualität bezüglich Umgang mit physischer und psychischer Gesundheit haben einen gesellschaftspolitisch hohen Stellenwert. Die Massnahmen gegen die digitale Vereinsamung liegen im Bereich der individuellen und gesamtgesellschaftlichen Verantwortung. Während eine Einzelperson zunehmend Mitverantwortung für ihr eigenes Wohlbefinden und ihre Gesundheit übernimmt, müssen auf politischer Ebene zukunftsorientierte und gemeinnützige Lösungen und Umsetzungen geschaffen werden.

Aus wirtschaftlicher und finanzieller Sicht ist ein Staat daran interessiert, die Einsamkeitsgefühle ernst zu nehmen und die Auswirkungen einzudämmen, da Arbeitsausfälle drohen und Gesundheitskosten steigen.



..... Quellen

Bundestag: Bekämpfung von Einsamkeit in Grossbritannien
(2021): [WD-9-026-21-pdf-data.pdf \(bundestag.de\)](https://www.bundestag.de/WD-9-026-21-pdf-data.pdf)

Bundesamt für Statistik (2017). Schweizerische Gesundheitsbefragung 2017. Standardta-
bellen. Neuenburg. Bundesrat (2010). Gesamtschweizerische Strategie zur Armutsbekämp-
fung. Bern: Eidgenössische Materialzentrale.

[Corona > Isolation > Gefahren > Tipps Dureschnuufe > Isolation und Einsamkeit > Kontakt trotz Isolation \(dureschnufe.ch\)](https://dureschnufe.ch/)

Direktor's notes: Interview über den Film:

<https://www.zentralplus.ch/kultur/zeichner-aus-zug-ist-mit-neuem-trickfilm-auf-oscar-kurs-1994661/>
<https://directorsnotes.com/2021/01/28/frederic-siegel-benjamin-morard-the-lonely-orbit/>

DocCheck Flexikon: Hikikomori (Definition 2014):

<https://flexikon.doccheck.com/de/Hikikomori>

FORS, Schweizer Kompetenzzentrum Sozialwissenschaften (2014): European Social Survey
- Ausgewählte Ergebnisse in Bezug auf die Schweiz zu Gesundheit, Zuwanderung, gesell-
schaftlichem Vertrauen und Demokratie.

Gesundheitsfördernd Schweiz (2020): Soziale Ressourcen – Förderung sozialer Ressourcen
als wichtiger Beitrag für die psychische Gesundheit und eine hohe Lebensqualität.

[Broschuere_GFCH_2020-06_-_Soziale_Ressourcen.pdf \(promotionsante.ch\)](https://www.promotionsante.ch/Broschuere_GFCH_2020-06_-_Soziale_Ressourcen.pdf)

Migros Engagement: Einsamkeit – [die grosse Leere \(2020\): Initiativen gegen die Einsamkeit | Migros-Engagement](https://www.migros.ch/engagement/einsamkeit)

Schweizerisches Gesundheitsobservatorium (Obsan): «Soziale Ressource als Gesundheits-
schutz» (2014): [Soziale Ressourcen als Gesundheitsschutz: Wirkungsweise und Verbrei-
tung in der Schweizer Bevölkerung und in Europa | OBSAN \(admin.ch\)](https://www.obsan.admin.ch/soziale-ressourcen-als-gesundheitsschutz)

Strategie Digitale Schweiz: [Digitale Schweiz - Strategie Digitale Schweiz 2023](https://www.digitale-schweiz.ch/)

Teamtumult, Webseite der Produzierenden: <https://www.teamtumult.ch/thelonelyorbit>

Zentralplus: Interview und Making-Of-Clip zur Entstehung des Films (2021):

<https://www.zentralplus.ch/kultur/zeichner-aus-zug-ist-mit-neuem-trickfilm-auf-oscar-kurs-1994661/>

..... Weiterführende Links

Die Dargebotene Hand

www.143.ch

Pro Juventute (147.ch)

www.147.ch

Radix

www.radix.ch

Zischtig.ch

www.zischtig.ch

pro mente sana

www.promentesana.ch

2.1. ZIELE

BNE-Trilogie

DIMENSIONEN	KOMPETENZEN	PRINZIPIEN
Gesellschaft Ökonomie (Arbeit) Raum (ortsunabhängig) Zeit (zeitunabhängig)	Werte Systeme Antizipation	Visionsorientierung Entdeckendes Lernen Werte- und Handlungsorientierung

BNE-Relevanz

..... Gesundheit umfasst das physische, psychische und soziale Wohlbefinden des Menschen. Damit die Schülerinnen und Schüler schrittweise Mitverantwortung für ein gesundes (Zusammen-) Leben übernehmen können, müssen mehrperspektivische Zugänge geschaffen werden. Dazu gehört, dass die Schülerinnen und Schüler über die Nutzung von sozialen und digitalen Ressourcen reflektieren und erkennen wie sie in ihrem Alltag damit umgehen. Somit werden auch die Themenbereiche Diversität und interkulturelle Verständigung und Globale Entwicklung angesprochen, da es um das Zusammenleben zwischen Menschen geht. Die Schülerinnen und Schüler untersuchen unterschiedliche Lebensweisen, Weltansichten und Interessenskonflikte und versuchen darin ihren eigenen Standpunkt zu finden.

Bezüge zum Lehrplan

..... Die Schüler/innen können...

- WAH 4.1.d ...den Einfluss von politischen, ökonomischen, sozialen und kulturellen Faktoren auf gesundheitsfördernde Lebensbedingungen von Menschen erklären (z.B. Wohnumfeld, Arbeitsplatzbedingungen, Höhe des Einkommens).
- ERG 2.2.a ...erlebte, beobachtete oder erzählte Situationen anhand der Perspektiven verschiedener Beteiligter beurteilen.
- MI 1.1.e ...können Verflechtungen und Wechselwirkungen zwischen physischer Umwelt, medialen und virtuellen Lebensräumen erkennen und für das eigene Verhalten einbeziehen (z.B. soziale Netzwerke und ihre Konsequenzen im realen Leben)

Handlungs- aspekte

- Die Schülerinnen und Schüler schauen das Phänomen der zunehmenden Vereinsamung trotz steigenden Vernetzungsmöglichkeiten an. (Welt wahrnehmen)
- Die Schülerinnen und Schüler versuchen kausale Zusammenhänge und Abgrenzungen zwischen der physisch und der virtuellen Welt zu finden. (sich die Welt erschliessen)
- Die Schülerinnen und Schüler versuchen Analogien zu ihrem eigenen Leben zu bilden. (sich in der Welt orientieren)
- Die Schülerinnen und Schüler erarbeiten eigene Zielformulierungen im bewussten Umgang in einer digitalen Welt zum Schutz vor Vereinsamung (in der Welt handeln).

Lernziele

Die Schülerinnen und Schüler können ...

- ...über die eigenen sozialen Interaktionen in der realen und digitalen Welt nachdenken und wägen Chancen und Hürden ab.
- ...anhand einer spezifischen Situation aufzeigen, wo Schnittstellen und Abgrenzungen zwischen der digitalen und virtuellen Welt vorliegen.
- ...eigene Ziele formulieren, um sich vor Vereinsamung zu schützen (in der Welt handeln).

2.2. UNTERRICHTSEINHEIT (Dauer: 2 - 6 Lektionen)

EINSTIEG		
SEQUENZ	INHALT	MATERIAL
Hinführung	<p>Eigene Gefühle (5min)</p> <p>Die LP stellt die Fragen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wie fühlst du dich heute? 2. Mit welchem Emoji würdest du dich heute beschreiben? 3. Welches Emoji strahlst du heute aus? Wie würde jemand anderes dich beschreiben? 4. Welches Gefühl würdest du heute gerne erleben? Welches Emoji würde das am besten beschreiben? <p>Achtung: Da es sich nur um eine Hinführung zum Thema handelt, können die Antworten individuell und im Sinne einer Gedankenreise beantwortet werden (jeder/jede für sich) und Schutz der Privatsphäre.</p>	
Konfrontation mit der Leitfrage	<p>Filmtitel und Leitfrage (10min)</p> <p>Die LP macht die SuS auf den Filmtitel aufmerksam «The lonely orbit» und lässt die Klasse den Titel übersetzen.</p> <p>Was ist der Unterschied zwischen «allein» und «einsam»? Im Plenum wird ein gemeinsames Verständnis dieser beiden Begriffe erstellt.</p> <p>Leitfrage: Wie gehen wir mit Alleinsein und Einsamkeit um?</p>	Hintergrundinformationen im didaktischen Kommentar nachlesen
HAUPTTEIL 1/3		
Konfrontation mit der Leitfrage	<p>Film (10min)</p> <p>Die SuS schauen den Film ohne Aufgabe, um die Emotionen, die Ästhetik wirken zu lassen.</p> <p>Reflexive Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Worum geht es in diesem Film? • Welche Wirkung hat der Film auf euch? • Was war schwierig zu verstehen oder ist unklar? • Was hat der Film mit Einsamkeit zu tun? 	Film Beamer
Auseinandersetzung mit dem Inhalt	<p>Fakultativ: Filmanalyse (30min)</p> <p>Die SuS lösen das AB1 (Sozialform selbst wählen)</p> <p>Tipp: Bei den Stichworten entweder nur Verben oder nur Nomen verwenden. Das erleichtert die anschließende Diskussion.</p>	AB1 «Filmanalyse» Hintergrundinformationen im didaktischen Kommentar

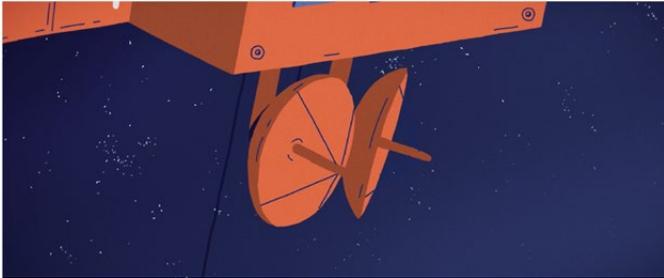
HAUPTTEIL 2/3		
SEQUENZ	INHALT	MATERIAL
Wissensaufbau und Vernetzung	<p>Fakultativ: Feel like a satellite (30min)</p> <p>Die Fragen können im Plenum oder in kleinen Gruppen besprochen werden:</p> <p>Welche Parallelen sind zwischen dem Satelliten und Dan erkennbar?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beide schweben kontaktlos in einem orientierungslosen Raum. 2. Beide merken, dass ihnen der Kontakt fehlt. 3. Durch den Perspektivwechsel (Ansicht von Weitem) sehen beide wie alles vernetzt ist und dass sie nicht mehr Teil davon sind. 4. Nachfolgend machen sich beide auf, um einen physischen Kontakt herzustellen. <p>Im Plenum wird gemeinsam das Zitat des Filmproduzenten gelesen.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Think: Jeder SuS denkt darüber nach was seine/ihre Gedanken dazu sind. Am besten wird das separat notiert. • Pair: Gemeinsam versuchen die SuS dieses Zitat mit einer Alltagshandlung zu verbinden und Beispiele dazu zu finden. Falls keine Aussagen zu eigenen Erfahrungen gemacht werden, kann die Frage auch allgemein beantwortet werden. • Share: Das «man» in den Fragen hilft den SuS, das Thema sachlich zu diskutieren. Die Antworten dazu können notiert und später im Plenum ausgetauscht werden. 	<p>AB4 «ins Gespräch kommen»</p> <p>AB5 «Orte finden»</p>
Visionsentwicklung	<p>Balance finden (30min)</p> <p>Es lohnt sich vorgängig das Blatt selbst kurz auszufüllen, um einige Beispiele oder Hinweise für/an bestimmte SuS geben zu können.</p> <p>Die SuS lösen das Arbeitsblatt in einer von der LP gewählten Sozialform.</p> <p>Wichtig ist die Auseinandersetzung mit den eigenen Zielen und Grundsätzen, da diese auch mit zukünftigen Handlungen in Verbindung gebracht werden sollen. Hier lohnt es sich, die Ziele zusammenzutragen, auf diese zu einem späteren Zeitpunkt wieder zurückzugreifen und die Erkenntnisse und Reflexionen festzuhalten.</p>	<p>AB3 «Balance finden»</p>

HAUPTTEIL 3/3		
SEQUENZ	INHALT	MATERIAL
Transfer	<p>Ins Gespräch kommen (20-60min)</p> <p>In diesem Arbeitsblatt geht es um die Auseinandersetzung mit Möglichkeiten, die in der Praxis umsetzbar sein sollen. Die Beispiele sollen vor allem scheue oder betroffene SuS dazu motivieren, allenfalls neue Möglichkeiten auszuprobieren, um die eigene Vereinsamung zu vermeiden.</p> <p>Tipp: Fragen möglichst offen formulieren, sodass nicht nur ein Wort als Antwort zurückkommt, sondern ein Dialog stattfinden kann.</p> <p>Im Arbeitsblatt 5 geht es nicht nur um das WIE, sondern um das WO. Teilweise sind es strukturelle Rahmenbedingungen, die eine Kontaktaufnahme erschweren oder vereinfachen. Wichtig ist hier der Transfer in die eigene Lebenswelt der SuS.</p> <p>Tipp: Je nach Klassenatmosphäre ist die letzte Frage gedanklich vertiefen, um den Schutz der Privatsphäre zu gewährleisten.</p>	AB5 «Orte finden»

SCHLUSS		
Beantwortung der Leitfrage	<p>Reflexion der Leitfrage (5-10min)</p> <p>Aufgreifen der Leitfrage vom Einstieg: Wie gehen wir mit Alleinsein und Einsamkeit um?</p> <p>Austausch im Plenum.</p> <p>Für die Schlussfolgerungen kann die LP folgende Hinweise mitgeben:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Digitalisierung ist ein Grund, aber nicht Hauptgrund für Einsamkeit. • Einsamkeit kann nicht gemessen oder von aussen erkannt werden. • Jede/r muss selbst herausfinden was er/sie braucht, um sich nicht einsam zu fühlen. Darüber sprechen hilft. • Einsamkeit erlebt jede/r einmal. Mit diesem Gefühl ist man nicht allein. • Wenn man erkennt, dass jemand einsam ist oder einsam sein könnte, kann man dies ansprechen, Unterstützung bieten oder fachliche Hilfe holen. 	

FILMANALYSE

.....



#

#



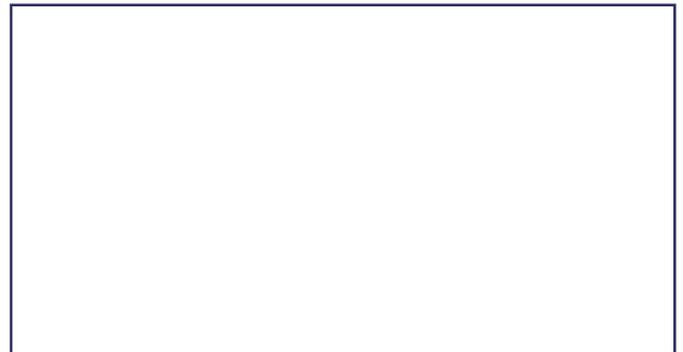
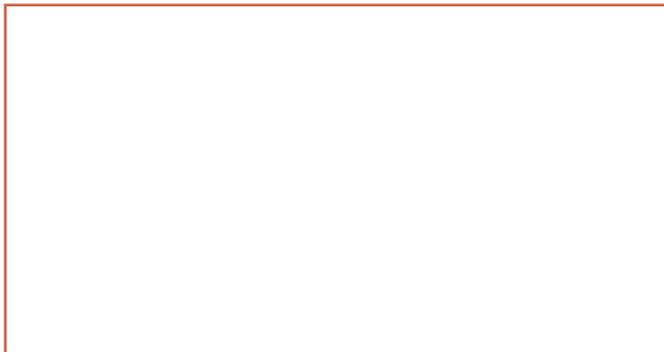
#

#



#

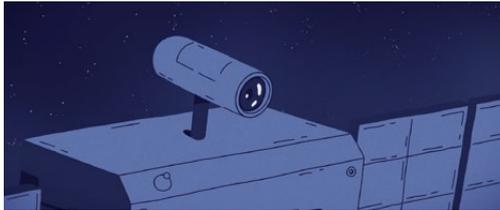
.....



FEEL LIKE A SATELLITE

.....

SATELLIT:



DAN



Der Filmproduzent schilderte in einem Interview, wie er auf die Idee zu diesem Film kam und erzählte von seinen eigenen Erfahrungen. Darin kam folgender Satz vor:

«Somehow this made me feel like a satellite; being constantly connected in a virtual sense, but actually separated over huge distances»

**THINK**

Was meint er damit?

**PAIR**

Habt ihr auch schon solche Erfahrungen gemacht?

**SHARE**

Besprecht untenstehende Fragen!

In welchen Situationen fühlt man sich manchmal einsam?

Was fehlt in einer digitalen Welt? Was ist nicht ersetzbar?

Was könnte man im Vergleich zur Onlinezeit alles tun?

BALANCE FINDEN

.....

IN DER DIGITALEN WELT

Online gamen

IN DER PHYSISCHEN WELT

shoppen

.....



Damit du eine gesunde Balance zwischen der digitalen und der physischen Welt behältst, ist es wichtig, sich Grundsätze und Ziele im Umgang mit Verbundenheit und Zusammengehörigkeit zu notieren.

Beispiele:

- Ich treffe mich mindestens einmal pro Woche mit ...!
- Ich möchte Leute kennen lernen. Dazu suche ich nach einem Verein, dem ich reinschauen könnte.
- In Zukunft versuche ich in Situationen, in denen ich mich schlecht fühle und mich von allem und jedem zurückziehe, mich aufzuraffen, um jemanden zu kontaktieren, der/die sich mit mir trifft und etwas unternimmt.

Notiere drei eigene Grundsätze oder Ziele!

.....

.....

.....

.....



INS GESPRÄCH KOMMEN



.....

.....

.....

Von aussen sehen die Personen im Bild beschäftigt aus. Es gibt aber verschiedene Gründe, warum man gleich zum Handy greift, um die Wartezeit am Smartphone zu nutzen.

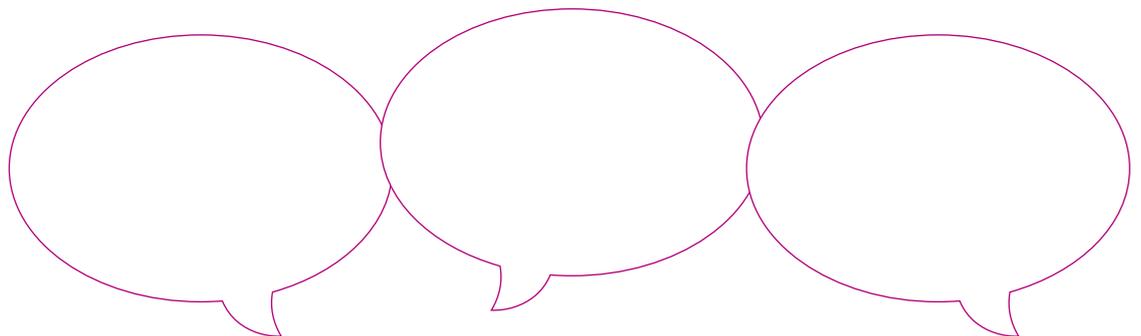
.....

.....

.....

.....

.....



ORTE FINDEN

.....



.....



.....

.....
.....
.....



..... **Impressum**

Impulse für den Unterricht – Anregungen zum Film «The lonely orbit»

Autorin: Angela Thomasius

Lektorat: Martin Seewer

Übersetzung: Martine Besset, Annie Schirrmeister

Sprachanpassung: Roger Welti, Valérie Arank

Praxiserprobung: Mikhail, Marie, Vova, Mailo, Zyklus 3, Obwalden und Tessin

Gestaltungskonzept und Layout: GRAFIKREICH AG

Copyright: éducation21, Bern 2021

Weitere Informationen: éducation21, Monbijoustr. 31, 3011 Bern, Tel 031 321 00 22

éducation21 Die Stiftung éducation21 koordiniert und fördert Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) in der Schweiz. Sie wirkt im Auftrag der Erziehungsdirektorenkonferenz (EDK), des Bundes und der Zivilgesellschaft als nationales Kompetenzzentrum für die Volksschule und die Sekundarstufe II.

www.education21.ch

Facebook: @education21ch

LinkedIn: @éducation21

Twitter: @education21ch

#éducation21 #é21

